



Publicación Oficial
de la Sociedad Española
de Geriatria y Gerontología

Revista Española de **Geriatria y Gerontología**

Volumen 48, Especial Congreso, Junio 2013

**55 Congreso de la Sociedad Española
de Geriatria y Gerontología**

**2.º Congreso de la Sociedad Valenciana
de Geriatria y Gerontología**

Valencia, 12-14 de junio de 2013

Indexada en:

IME, IBECS, Bibliomed, Biosis, Psycodoc, EMBASE/Excerpta Medica,
Embase Alert, PsycINFO y SCOPUS



ELSEVIER
DOYMA

www.elsevier.es/regg

situó alrededor del 20% en actividades como limpiar baños, hacer camas o cuidar del jardín. La mayor predisposición a utilizar un robot asistencial se asoció con mayor puntuación en el Índice de Barthel ($p = 0,05$), mayor nivel socioeconómico ($p = 0,04$), utilizar frecuentemente elementos tecnológicos ($p = 0,03$) y vivir en la comunidad ($p = 0,03$).

Conclusiones: La predisposición de las personas mayores a utilizar un robot asistencial antes que recibir ayuda humana para la realización de AVD es muy baja, prefiriéndose esta ayuda en actividades instrumentales frente a actividades básicas.

OS-009. ELABORACIÓN DE UNA HERRAMIENTA PARA LA CARACTERIZACIÓN DE LAS CONDICIONES DE VIDA Y SALUD DE LAS PERSONAS MAYORES EN LA COMUNIDAD AUTÓNOMA DEL PAÍS VASCO

M. Machón¹, I. Vergara Mitxelorena¹, K. Vrotsou¹, M. Dorronsoro², N. Larrañaga² y M. Larrañaga²

¹Osakidetza. ²Departamento de Sanidad del Gobierno Vasco.

Objetivos: Disponer de una herramienta que permita obtener información sobre la situación real de las condiciones de vida y salud de la población mayor de 65 años en la CAPV.

Material: Para el diseño de la herramienta se propuso un plan de trabajo en cuatro fases, dirigidas a: 1. Identificar las grandes áreas de información que debe contener, 2. Definir la metodología de recogida de información, 3. Validar la herramienta, 4. Difundirla en la comunidad científica y en las instituciones susceptibles de emplearla. Estas tareas se desarrollaron empleando metodologías de búsqueda bibliográfica, benchmarking, grupos de expertos (fases 1 y 2); pilotaje, trabajo de campo y análisis de datos (fase 3), comunicación científica y marketing (fase 4).

Resultados: Las fases 1 y 2 han sido completadas y se dispone de una versión inicial y consensuada de la herramienta, compuesta por 145 preguntas que abordan: características sociodemográficas, estado de salud, situación de dependencia, hábitos de vida, red y relaciones sociales y condiciones de la vivienda y del ámbito de residencia cercano, entre otras. Disponemos de los resultados del empleo de la herramienta en una muestra de 1.000 sujetos cuyos datos estamos actualmente analizando.

Conclusiones: Los instrumentos empleados en los ámbitos social y sanitario, abordan aspectos relacionados con la salud o las condiciones de vida, pero raramente de forma integrada. La participación y la red social son abordadas considerando el cuidado requerido por este grupo poblacional y no tanto su papel como ciudadanos activos. Las condiciones de vida, suelen hacer referencia a las condiciones familiares y del hogar y nunca a las del ámbito local o comunitario en las que la persona mayor vive de forma cotidiana. La herramienta aquí presentada trata de ofrecer una valoración integral de las condiciones de vida y salud superando algunas de las limitaciones citadas. Consideramos que esta herramienta constituirá un recurso de interés para agencias e instituciones con interés en conocer de forma integral las condiciones de vida y salud de la población mayor, ya que integra información relativa ambos e incluye aspectos que otros instrumentos relacionados no contemplan.

Programas y actividades psicosociales

OS-010. EFECTIVIDAD DE UN PROGRAMA DE ACTIVACIÓN FÍSICA PARA ADULTOS MAYORES

M. Ornelas Contreras¹, B. de Rueda Villén², J. Viciano Ramírez², R. Flores Zubía¹, H. Blanco Vega¹ y G. Gastélum Cuadras¹

¹Universidad Autónoma de Chihuahua. ²Universidad de Granada

Objetivos: Diseñar y probar la efectividad de un programa de activación física que permita, en la medida de lo posible, subsanar los efectos de deterioro naturales del envejecimiento, sobre todo en lo que se refiere a la reducción de la capacidad funcional general del adulto mayor.

Métodos: Se seleccionaron al azar 30 adultos mayores, 15 del grupo experimental y 15 del grupo control; 7 mujeres y 8 hombres en cada grupo. Edad entre los 60 y 84 años; todos residentes de estancia permanentes. Diseño empleado "Grupo experimental vs Control Pretest-Posttest". Variable independiente: Programa de activación física que consta de 60 sesiones realizadas diariamente durante 12 semanas. Variables dependientes, capacidad funcional, depresión, capacidad cognitiva, equilibrio, marcha y flexión de tronco.

Resultados: Se encuentra mayor estabilidad, del pretest al posttest, en el deterioro cognitivo de los adultos mayores del grupo experimental con respecto al de mayores del grupo control. Los adultos mayores del grupo experimental presentan un cambio en sentido positivo en los niveles de depresión mientras que en los del grupo control se manifiesta un incremento en sus niveles de depresión. Los adultos mayores del grupo experimental presentan estabilidad en los niveles de dependencia mientras que del grupo control se observa un incremento en sus niveles de dependencia para realizar actividades de la vida diaria. Mejoría significativa en el puntaje de flexión de tronco, equilibrio y marcha en el grupo experimental, así como un retroceso significativo en la puntuación en el grupo control.

Conclusiones: Los resultados obtenidos muestran fehacientemente que la actividad física realizada por un adulto mayor de manera dosificada y sistemática, mejora su amplitud y movilidad articular; lo cual repercute directa o indirectamente en su calidad de vida.

OS-011. MEJORA DE LA AUTOESTIMA EN PERSONAS MAYORES VINCULADAS A PROGRAMAS DE ACTIVIDAD FÍSICA BASADOS EN EL COMPROMISO DEPORTIVO

A.J. García González, M.R. Bohórquez y Y. Troyano Rodríguez
Universidad de Sevilla.

Introducción: El autoconcepto y la autoestima aparecen como componentes psicológicos fundamentales de la calidad de vida durante la adultez mayor y del bienestar personal. La autoestima ha sido propuesta como un área de intervención para mejorar la calidad de vida en la población mayor. Hay pocos estudios que hayan establecido una relación directa entre el tipo de programas de actividad física y las consecuentes mejoras en la calidad de vida de la persona mayor. Por lo tanto, la necesidad de profundizar en los métodos empleados por distintos centros de atención a personas mayores en la implementación de programas de actividad física. Pues no sólo se consiguen optimizar los estándares de calidad de vida, sino también los indicadores psicosociales en los que ella se basa como son el autoconcepto y autoestima, es decir, la imagen y la valoración de ésta cuando la persona mayor decide hacer actividad física.

Objetivos: El presente estudio atiende un doble objetivo, en primer lugar, investigar acerca de la relación existente entre la autoestima manifestada por personas mayores de 65 años y la realización de actividad física; y en segundo lugar, determinar si las actividades y